No.18385 コンパクト体脂肪計

取扱説明書

機　能

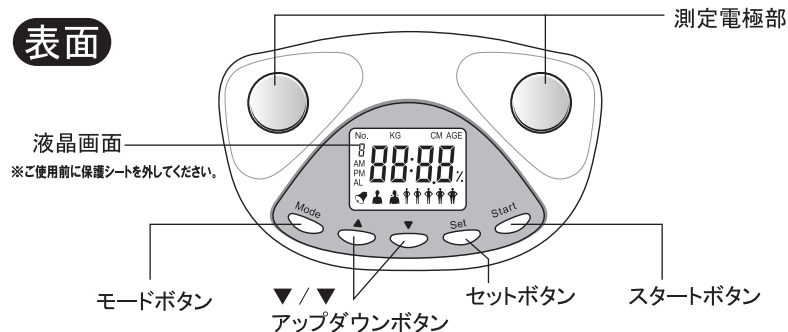
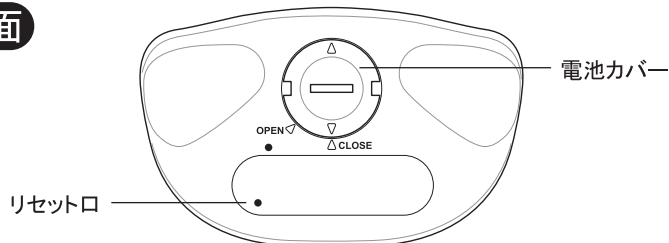
・体脂肪計
・デジタルクロック
・アラーム

この度はお買い上げいただきまして、誠にありがとうございます。
この取扱説明書には操作方法、使用上の注意などが記載されています。
ご使用前に必ずお読みになり、正しくお取り扱いください。
警告・禁止・注意事項を必ず守り、お読みになった後は、
大切に保管してください。

ご使用前に画面部の保護シートを外してください

1. 各部の名称

表面

裏面

2. 仕様・その他

商品サイズ：約96×13×60mm
重　　　量　約40g
セット内容：本体、ボタン電池×1（テスト用）
材　　　質：ABS樹脂
使用電池：ボタン電池CR2025（3V）×1個（別売）
生　産　国：中国製
※付属電池はテスト用のため消耗していることがあります。ご使用前には新しい電池を購入してください。

入力範囲	
体　　重	10～250 kg
身　　長	90～240 cm
年　　齢	10～99才
性　　別	男 / 女
登録人数	8人分

表示範囲	
体脂肪率	5%～50.0%（0.1%単位）
時　　計	12時間（AM/PM）・24時間
アラーム	アラーム ON・OFF

3. ご使用上の注意

ご使用の際には当取扱説明書をよくお読みいただき、安全に正しくお取り扱いください。

⚠警告

●当取扱説明書に従わなかった場合、お客様の不注意により発生した商品故障・事故につきましては弊社は責任を負いかねますので予めご了承ください。
●目的以外の使用はおやめください。
●保管・使用に限らず、本品を火気に近づけないでください。

⚠危険

●妊娠中の方・ペースメーカーなど体内植入型医用電子機器装着の方は本品を使用しないでください。本品は微弱な電流を体内に流します。体内機器の誤動作をまねく恐れがあり大変危険です。
●0～5歳までのお子様のご使用はおやめください。お子様の電池・電池蓋の誤飲などにご注意ください。

⚠注意

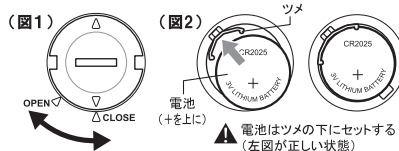
●本品は、一般家庭用に開発された商品です。トレーニングセンターや業務用などとしては絶対に使用しないでください。
●体や手が濡れている状態で測定しないでください。
●測定結果は自己判断しないでください。自己判断は健康を害する恐れがあります。必ず医師、または専門家の指示に従ってください。
●電池を交換しますと入力されたデータは失われます。
●電池交換の際は古い電池を使用しないでください。
●電池は＋－（プラスマイナス）を正しくセットしてください。
●本品を勝手に修理・分解・改造しないでください。分解すると精度や機能が低下したり、故障の原因となりますので絶対に分解しないでください。
●本品を乱暴に取り扱わないでください。落としたり強い衝撃を与えた場合、計器の故障の原因となり、正確な測定ができなくなります。
●雨や水に濡らさないでください。本品は防滴構造ではありません。濡れた時は、乾いた布でよく拭いてください。
●表面が汚れた場合は、水に濡らして硬くしぼった軟らかい布で汚れを拭き取ってください。拭き取った後は陰干しして完全に乾かしてください。化学薬品や洗剤などで拭かないでください。また水洗いはしないでください。
●お子様やペットの手の届かない場所に保管してください。
●屋外での放置、直射日光または浴室などの湿気の高い場所でのご使用・保管はお止めください。
●液体の中に入れたり高温の場所に保管しないでください。
●使用後は直射日光のあたらない換気のよい場所で、十分乾燥させたうえ冷所で保管してください。
●上記内容を無視して誤った取扱いでのケガ・本品の破損・故障・事故などに関しましては、弊社は一切の責任を負いかねます。
※本製品は、入力設定された条件から基礎代謝を計測するものですが、あくまでも参考資料であり、絶対的な数値ではありません。ご了承ください。

4. 電源と電池

●本体裏面の電池カバーを外し、電池をセットします。
●付属の電池はテスト用のため消耗していることがあります。ご使用前には新しい電池を購入してください。
●使用電池はボタン電池 CR2025（3V）です。
●電池が消耗しますと表示が見にくくなります。画面の色が薄くなったら速やかに電池を交換してください。

【電池のセット方法】

1．本体裏面の電池カバーを、コインを使って外します。（図 1）
2．＋極側を上に向けて新しい電池を入れます。（図 2）
3．電池カバーをコインで閉じます。「CLOSE」の刻印にあわせてください。
※電極＋－を正しくセットしてください。

⚠ 電池はツメの下にセットする（左図が正しい状態）

> ⚠ 警告
> ●逆装填、充電、ショート、加熱、火中投入、分解、異なる種類（電池系、大きさなど）の電池の混用、新しい電池と使用した電池の混用などをしないこと。
> ●ボタン電池は誤って飲み込む恐れがあるので、電池は幼児の手の届かないところに置くこと。万一飲み込んだ場合には、直ちに医師に連絡し指示を受けること。
> ●小さな部品を使用しています。誤飲の危険がありますので、乳幼児に与えたり、手の届く所に置かないでください。

5. 操作方法

※60秒以上無操作にすると「時計モード」に戻ります。①から再操作してください。

1. 時計を合わせる

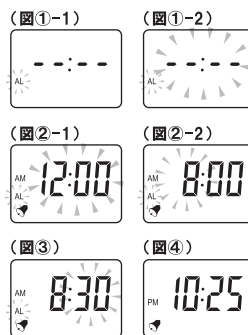
電池を入れると「時計モード」になり「0：00」から時計が表示されます。

①電池を入れると時計が表示されます。
②『セットボタン（Set)』を2～3秒押します。24／12時間表示の選択画面（点滅）になります。『▲／▼ボタン』で選択し『セットボタン（Set)』を押します。（図1）
※12時間表示にすると「AM/PM」が表示されます。
③「時間」が点滅します。『▲／▼ボタン』で時間を合わせて『セットボタン』で決定します。（図2）
④「分」が点滅します。『▲／▼ボタン』で時間を合わせて『セットボタン』をで決定します。（図3）

（図1）
24時間表示　12時間表示
（図2）　（図3）

2. アラームをセットする

①『モードボタン（Mode)』を2回押してモードを送ります。画面に「AL（点滅)」と表示されるのが「アラームモード」です。(図①－1)
『セットボタン（Set)』を2～3秒押すと表示全体が点滅します。（図①－2）
②『▲／▼ボタン』を押して「時計」が点滅し「🔔」マークが表示する画面へ送ります。（図②－1）
『セットボタン』を押すと「時間」が点滅します。『▲／▼ボタン』でアラーム設定したい時間にあわせたら『セットボタン』で決定します。（図②－2）
※アラームの12/24時間表示は「時計モード」の設定と同じになります。
③「分」が点滅します。『▲／▼ボタン』で時間を合わせて『セットボタン』で決定します。「AL」だけが点滅する状態になります。（図③）
④『モードボタン』を1回押すと「時計表示」に戻ります。「🔔」マークが表示され、アラームが設定されていることを示しています。（図④）
⑤アラーム音は1分間鳴り続けますが『モードボタン』を押して「時計モード」から「測定情報モード」に切換えることで音を止めることができます。

（図①－1）　（図①－2）
（図②－1）　（図②－2）
（図③）　（図④）

※アラーム音の設定は1分間となっており、変更はできません（は必ず1分間鳴り続けます)。1分以内に「時計モード」に戻すとアラームは続けて残り時間分鳴りはじめます。

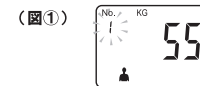
アラームの解除

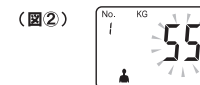
1．『モードボタン』を2回押すと「アラームモード」の画面になります。『セットボタン』を2～3秒押して「時計」を点滅させます。
2．『▲／▼ボタン』を押して“(図①－2)”の点滅画面にして『モードボタン』を押すと解除され、「時計モード」に戻ります。
3．「🔔」マークが消えて、アラームが設定されていないことを示します。

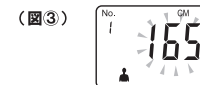
3. 体脂肪率測定のための情報を入力する

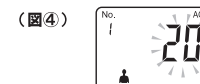
登録人数：1～8人

①登録番号を決める
「時間モード」から『モードボタン（Mode)』を1回押してください。「測定情報モード」になり、左上の数字（登録番号）が点滅します。『▲／▼ボタン』を押して任意の登録番号を選び『セットボタン（Set)』で決定します。（図①）

（図①）

②体重を入力する
続いて「体重」が点滅します。『▲／▼ボタン』を押して体重を入力し『セットボタン』で決定します。（図②）

（図②）

③身長を入力する
続いて「身長」が点滅します。『▲／▼ボタン』を押して身長を入力し『セットボタン』で決定します。（図③）

（図③）

④年齢を入力する
続いて「年齢」が点滅します。『▲／▼ボタン』を押して年齢を入力し『セットボタン』で決定します。（図④）

（図④）

⑤性別を入力する
続いて「性別」マークが点滅します。『▲／▼ボタン』で選んで『セットボタン』で決定します。（図⑤）

（図⑤）

男性　女性

●1人分の情報の入力が完了しました。

続いて登録番号が点滅しますが、引き続き次の登録番号を入力していくか、入力を終了する場合は『モードボタン』で時計モードへ戻します。

> ご注意：各項目は約60秒以内に入力してください。時間内に入力できなかった場合は、自動的に「時計モード」画面に戻ります。「①登録番号を決める」から再度入力してください。

2人目以降の情報を入力する場合

2人目以降の情報を入力する場合は、⑤から引続き・または時計モードから「①登録番号を決める」で未登録の「No.」を選び、②～⑤の入力を同様に行ってください。

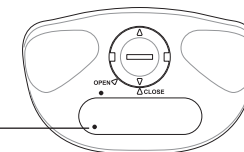
登録内容を変更する場合

登録内容を変更する時（入力ミス、体重や身長、年齢の変化があった時）は、登録した「No.」を修正してください。修正方法は、「①登録番号を決める」で変更したい「No.」を呼び出し、②～⑤の入力を行ってください。全ての項目を再度入力する必要はありません。変更のない項目は『セットボタン』を押して次の項目へ進む事によって継続されます。

全ての数値をリセットする場合

入力した数値を全てリセットするには、裏面にある「リセットロ」を細い針金などを使って1回押してください。「ピー」と電子音がして数値がリセットされます。

※電池を交換しますとデータは失われます。

リセットロ

6. 測定方法　※測定するには、先に4ページ【5.操作方法「3.体脂肪率測定のために情報を入力する」】を行っておいてください。

体脂肪率を測定する

①自分の「登録番号」を呼び出す

「時間モード」から『モードボタン（Mode）』を1回押してください。「測定情報モード」になり、左上の数字（登録番号）が点滅します。『▲／▼ボタン』を押してご自分の登録番号を選んでください。（図①）

※登録番号は点滅したままとなります。

②スタートボタンを押して測定する

『スタートボタン（Start）』を押し、正しい姿勢で測定します。両手の親指の腹部分を本体両端の「測定電極部」に押し付けて握ってください。（図②）

③測定結果が出ます

約5秒後に「体脂肪率判定」と「肥満タイプ判定」が画面に表示されます。

④測定を終了する

『モードボタン』を2回押して「時計モード」にします。

体脂肪測定は終了します。

測定時のご注意（エラー図）

- 『スタートボタン』を押したら、約3秒以内に測定してください。時間内に測定できない場合はエラー（Err）表示されます。再度測定する場合は、エラー表示の状態で『スタートボタン』を押すか、『モードボタン』を押してください。
- 指は適度に湿った状態で測定してください。乾燥した指では正しい測定ができない場合があります。
- 両親指は、しっかりと「測定電極部」に押し付けて握ってください。
- 次のような体勢で測定すると、正しい測定ができない場合があります。

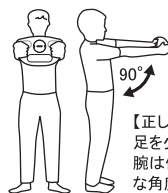
・測定中に指や腕、または身体を動かす
・寝たままの状態や座ったままの状態

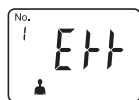
ご注意：体脂肪率の測定結果を登録しておく機能はありません。

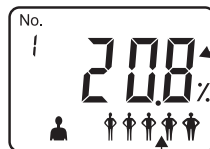
（図①）

（図②）

『スタート（Start）ボタン』を押す

「測定電極部」を両親指で押える

【正しい姿勢】
足を少し開いて立ち、腕は体と90°になるような角度にしてください。

（エラー図）

- 側定時に指が正しい位置に置かれていますか
- 指が測定部にしっかりと当たっていますか
- 側定時に指が乾燥していませんか
- 電池は正しくセットされていますか
- 電池が消耗していませんか

測定結果表示のみかた

体脂肪率判定（体重に占める体脂肪量の割合を表示します。）

体脂肪率(%)	低い	やや低い	標準	やや高い	高い
男性	5〜9.9	10〜14.4	14.5〜24.9	25〜34.9	35〜50
女性	5〜9.9	10〜19.9	20〜29.9	30〜34.9	35〜50

※5.0%以下、50%以上の場合は計測不能によりエラー表示となります。

肥満タイプ判定　判定されたマークが点滅します。

痩せている	やや痩せている	標準	やや肥満	肥満

左から右へ肥満度が増す事を表しています。
（※あくまでも目安です。ご了承ください。）

引き続き測定する場合

●同じ人が再度測定する場合：

画面に測定結果が表示された状態で①〜③の手順を行ってください。

●他の人が測定する場合：

画面に測定結果が表示された状態で他の人が測定する場合は『モードボタン』を押して「測定情報モード」まで戻してから①〜③の手順を行ってください。

7. 安全に長くご使用いただくために

- ●本品を勝手に修理・分解・改造しないでください。 分解すると精度や機能が低下したり、 故障の原因となりますので絶対に分解しないでください。
- ●本品を乱暴に取り扱わないでください。 落としたり強い衝撃を与えた場合、 計器の故障の原因となり正確な測定ができなくなります。
- ●雨や水に濡らさないでください。 本品は防滴構造ではありません。 濡れた時は乾いた布でよく拭いてください。
- ●直射日光を避け、 火気に近づけないでください。

8. お手入れ方法

- ●表面が汚れた場合は、 水に濡らして硬くしぼった軟らかい布で汚れを拭き取ってください。 拭き取った後は陰干しして完全に乾かしてください。 化学薬品や洗剤などで拭かないでください。 また水洗いはしないでください。
- ●シンナー・ベンジン・スプレー式クリーナー類では絶対に拭かないでください。

■本品の体脂肪率測定方法について

本品は、 生体インピーダンス法と、 ボディ・マス・インデックス指数を組み合わせて体脂肪率を計測しています。
測定時の状況（時間帯・体勢・体調など）により体脂肪率が変動することがあります。
測定結果はあくまでも目安です。 ご了承ください。

●生体インピーダンス法	●ボディ・マス・インデックス指数
「脂肪はほとんど電気を通さないが筋肉や水分は電気を通しやすい」という性質を利用して、 体に微弱な電流を流し電気抵抗を測ることにより、 体脂肪率を推定する方法。	「体格指数」ともいい、 体重と身長のバランスをチェックして、 外見的な肥満度を調べる指数。計算式は、 体重(kg)÷身長(m)^2。

※改良のため予告無しに仕様を変更する場合があります。 また、 本書の図、 画像が異なる場合があります。
※本書で指示されている内容には必ず従ってください。 本書に記載されている内容を無視した行為や誤った操作によって生じた障害および損害については、 弊社は責任を負いかねますので、 ご了承ください。 お取り扱いには充分ご注意ください。
※破棄の際は、 お住まいの地域のルールに従ってください。

■万一、不明な点や異常な箇所がありましたら、下記までご連絡ください。

お問い合わせ窓口 **0120-889-396** **株式会社オオトモ サポートセンター**
【受付時間】9：00～12：00、13：00～17：00（土日祝祭日・弊社指定日を除く）

［販売元］**株式会社オオトモ**　〒559-0025 大阪府大阪市住之江区平林南1丁目5番15号　TEL：06-6654-3391